



# SKILLX



## Clases específicas para potenciar tus habilidades



### POWER

Entrenamiento de fuerza (pesados, explosivos, balísticos y pliométricos) realizados con cargas submáximas a máxima velocidad.



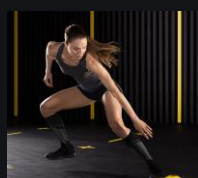
### STAMINA

Ritmo constante e intervalos intensos, para empujar el organismo de los participantes fuera de la zona de confort y estimular su adaptación.



### SPEED

Mejora la aceleración, la zancada, el ritmo de movimiento y la resistencia mediante ejercicios selectivos



### AGILITY

Repeticiones que te permiten avanzar hacia la máxima eficacia.



Descarga la **APP** y rastrea tu performance



## Precision Training



Conecta tu pulsómetro Bluetooth Smart (BLE) o ANT+ para disfrutar de la experiencia completa.